

\*\*\*献立表(普通食)\*\*\*

2022年4月1日(金) ~ 2022年4月30日(土)

\*アレルギー:「もも」を含むメニューに★印をつけております。

\*アレルギー:「りんご」を含むメニューに  印をつけております。

まる味食品(株)

給食開始日	年長組	4月18日
	年中組	4月25日
	年少組	5月9日

1日(金)	
白飯	
かんぱちのカツ	
粗挽きウインナー	
きんぴらごぼう	
ピーマンとツナの甘辛炒め	
キャロットがんと煮付け	
エネルギー 391kcal	脂質 13.6g
たんぱく質 10.0g	食塩相当量 0.6g

※週4回(木曜日は給食なし)の方は、お弁当をお忘れの無いようご注意ください。

4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)
白飯 チキンカツ かぶらさつま揚げ煮 ★ <input type="checkbox"/> 焼きそば 小松菜とコーンのソテー 昆布豆	白飯 アジの塩焼き 揚げギョーザ 野菜炒め 揚げといんげん煮付け ★ 白桃缶	白飯 肉団子の甘酢あん ハーフカットコーン スパゲティソテー ブロッコリー イタリアン 豆乳がんと煮付け	白飯 野菜の肉巻き スマイルポテト チンジャオオロス風炒め しろ菜の煮びたし <input type="checkbox"/> ミニカットりんご	白飯 星のコロッケ 若鶏の海苔巻き唐揚げ れんこんの青海苔炒め チンゲン菜ときのこの旨煮 茄子の揚げ浸し
エネルギー 447kcal 脂質 11.8g たんぱく質 14.6g 食塩相当量 1.9g	エネルギー 315kcal 脂質 5.8g たんぱく質 11.8g 食塩相当量 0.9g	エネルギー 408kcal 脂質 12.1g たんぱく質 12.4g 食塩相当量 1.4g	エネルギー 334kcal 脂質 6.0g たんぱく質 9.8g 食塩相当量 0.6g	エネルギー 418kcal 脂質 13.1g たんぱく質 9.7g 食塩相当量 1.2g
11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)
白飯 野菜春巻 さばの竜田揚げ ブロッコリーとウインナーのソテー 春雨サラダ(しそ風味) サイコロ厚揚げ煮	白飯 グラタンコロッケ 鶏肉の八幡巻き ピーファン炒め ほうれん草のなめ茸和え ハッシュドポテト	白飯 ハムステーキ かぼちゃの天ぷら 豚肉のトマト生姜焼き ナムルサラダ ★ 黄桃缶	白飯 白身魚の香草焼き 花形さつま煮 筑前煮 チンゲン菜の中華炒め 金時豆	白飯 イカの天ぷら 蒸しシューマイ ちくわとピーマンのソテー 高野豆腐の五目煮 バイン缶
エネルギー 2590kcal 脂質 106.5g たんぱく質 173.8g 食塩相当量 6.9g	エネルギー 418kcal 脂質 14.4g たんぱく質 9.6g 食塩相当量 1.2g	エネルギー 443kcal 脂質 18.1g たんぱく質 12.0g 食塩相当量 1.2g	エネルギー 338kcal 脂質 4.6g たんぱく質 14.1g 食塩相当量 1.5g	エネルギー 384kcal 脂質 11.6g たんぱく質 10.1g 食塩相当量 0.9g
18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)
白飯 イカリングフライ ひとくち梅ささみフライ きのこソテー チンゲン菜の煮浸し みかん缶	白飯 <input type="checkbox"/> 煮込みハンバーグ タコさんウインナー れんこんと糸こんにのきんぴら ひじきのカレー炒め ブロッコリー 和風ドレ和え	白飯 ミートボールのケチャップ煮 木の葉型五目しんじょ マカロニのソテー ほうれん草のお浸し 一口焼きいも	白飯 カレーコロッケ 肉詰めいなり 小松菜とうす揚げの和風炒め 五目大豆 ★ 白桃缶	白飯 れんこん肉詰めフライ 皮なしウインナー もやし炒め いんげんとささみのサラダ おとうふがんと煮
エネルギー 353kcal 脂質 8.4g たんぱく質 8.9g 食塩相当量 1.0g	エネルギー 342kcal 脂質 7.5g たんぱく質 9.0g 食塩相当量 1.7g	エネルギー 413kcal 脂質 13.5g たんぱく質 9.8g 食塩相当量 1.3g	エネルギー 380kcal 脂質 11.0g たんぱく質 9.8g 食塩相当量 0.7g	エネルギー 383kcal 脂質 13.2g たんぱく質 9.4g 食塩相当量 1.2g
25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)
白飯 ★ <input type="checkbox"/> ローストンカツ とうもろこしのつまみあげ 野菜のきんぴら ツナブロッコリー 信田巻き	五目ご飯 ドーナツコロッケ チキンナゲット 小松菜とハムの炒め 切り干し大根煮 <input type="checkbox"/> ミニカットりんご	白飯 鶏肉のからあげ ブロッコリー スパゲティナポリタン いんげんのごま和え サイコロ高野煮	白飯 白身魚フライ 花がんと煮付け コーンオニオンソテー 若布と胡瓜の酢の物 ロールキャベツ コンソメ煮	
エネルギー 434kcal 脂質 15.9g たんぱく質 10.8g 食塩相当量 1.1g	エネルギー 416kcal 脂質 14.1g たんぱく質 9.1g 食塩相当量 2.0g	エネルギー 421kcal 脂質 16.0g たんぱく質 14.9g 食塩相当量 0.9g	エネルギー 362kcal 脂質 9.8g たんぱく質 8.9g 食塩相当量 1.6g	